

みんなの笑顔大集合!  
**スワスワ**  
**こんにちは**



狩宿町

いとう りゅう  
**伊藤 徠**くん(10カ月)

毎日可愛い笑顔がありと  
 う♡ 徠くんのパパママにな  
 れて幸せです♡



東栄町

かわち えいる  
**河地 映瑠**くん(1歳)

映瑠が生まれてから毎日幸  
 せだよ!ありがとう!!これ  
 からも家族3人で楽しく暮  
 らそうね!



東大久手町

かわかみのえ  
**川上 乃愛**ちゃん(1歳)

パパとママのところに生ま  
 れてきてくれてありがとう。  
 みんなに愛されて元気に大  
 きくなってね♡



**お子さんの写真を  
 掲載しませんか?**

対象者 市内在住で掲載時に小学校入学前のお子さん(きょうだいで応募可)  
 応募方法 市役所広報広聴課へ写真を添付の上、メール(kouhou@city.owariasahi.lg.jp)  
 で次の①~⑧を連絡  
 お子さんの ①氏名・ふりがな ②生年月日 ③性別  
 保護者の ④氏名 ⑤郵便番号 ⑥住所 ⑦電話番号 ⑧コメント(40字程度)

応募用二次元コード



森市長の



尾張旭  
**元気モリモリ**

No.30  
 GENKI MORI MORI



「飲む点滴」とも  
 呼ばれている甘酒

**日本古来の健康飲料 甘酒で健康管理**

新型コロナウイルス感染症拡大により、愛知県にも8月27日に「緊急事態宣言」が発令され、本市においてもイベントの中止・延期、公共施設の利用制限を行うこととしました。市民の皆さまには、ご理解・ご協力いただき感謝いたします。

さて、新型コロナウイルス感染症の拡大をきっかけに、私は以前よりも健康を意識するようになり、日頃から体を動かしたり、健康に良いとされる食品を試したりして、健康管理に取り組んできました。

その中で、この夏、今まで飲む機会がなかった冷たい甘酒を飲んでみました。甘酒には米こうじと酒粕を原料としたものがあります。私が飲んだ米こうじから作ら

れる甘酒は、ビタミンやアミノ酸などが豊富で、疲労回復や腸内環境を整えるなどの効果があると言われており、「飲む点滴」とも呼ばれているようです。私も、何となくお腹の調子が良くなった気がします。

また、今まで「冬に飲んで体を温めるもの」というイメージがあった甘酒が「夏の季語」ということも知り、驚きました。米こうじから作られる甘酒は安価で、江戸時代には夏バテ対策や暑気払いなど夏の健康飲料として飲まれたようです。

今年の夏も猛暑日が続き、疲れが出ているかたも多いと思います。ぜひ、疲労回復や健康管理に、甘酒を試してみたいかたがどうか。